

MES: Julio 2019

COLEGIO: STELLA MARIS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
<div>1</div> <div>Macarrones gratinados Lacón a la gallega con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Macaroni au gratin Lacón pork shoulder with potatoes with lettuce & sweetcorn Fruit and bread</div>	<div>2</div> <div>Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga y aceitunas negras Yogur y pan Rice with tomato sauce Cooked ham omelette with lettuce & olives Yoghurt and bread</div>	<div>3</div> <div>Lentejas estofadas con verduras Pollo asado con verduras Fruta y pan Stewed lentils Grilled chicken with vegetables Fruit and bread</div>	<div>4</div> <div>Crema de calabaza Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Butternut squash cream Grilled turkey with lettuce & sweetcorn Fruit and bread</div>	<div>5</div> <div>Sopa de ave con fideos Hamburguesa a la plancha con patatas fritas Fruta y pan Chicken soup with noodles Grilled hamburger with french fries Fruit and bread</div>	<div>VE: 662</div> <div>HC: 79</div> <div>PROT: 28</div> <div>GT: 26</div>
<div>8</div> <div>Crema de calabacín Ragout de pavo con patatas fritas Fruta y pan Zucchini cream Turkey stew with french fries Fruit and bread</div>	<div>9</div> <div>Alubias estofadas con verduras Lomo a la plancha con ensalada Yogur y pan Beans with vegetables Grilled tenderloin with salad Yoghurt and bread</div>	<div>10</div> <div>Coditos gratinados Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Grilled elbow macaroni Chicken breast with green salad with olives Fruit and bread</div>	<div>11</div> <div>Arroz con salsa de tomate Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Rice with tomato sauce Scrambled eggs with ham with lettuce & tomatoes Fruit and bread</div>	<div>12</div> <div>Sopa de estrellas Albóndigas con tomate con patatas dado Helado y pan Star pasta soup Meatballs with tomato sauce with diced potatoes Ice cream and bread</div>	<div>VE: 725</div> <div>HC: 77</div> <div>PROT: 28</div> <div>GT: 33</div>
<div>15</div> <div>Arroz con salsa de tomate Pollo asado al romero con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan Rice with tomato sauce Rosemary grilled chicken with lettuce and beets Fruit and bread</div>	<div>16</div> <div>Lentejas estofadas con verduras Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur y pan Stewed lentils Zucchini omelette with green salad with olives Yoghurt and bread</div>	<div>17</div> <div>Puré de verduras Albóndigas a la jardinera Fruta y pan Vegetables purée Meatballs with vegetables Fruit and bread</div>	<div>18</div> <div>Sopa de fideos Jamoncitos de pollo al ajillo con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Noodle soup Chicken drumsticks in garlic sauce with lettuce & olives Fruit and bread</div>	<div>19</div> <div>Macarrones napolitana Magro con patatas dado Fruta y pan Napolitan macaroni Pork loin steak with diced potatoes Fruit and bread</div>	<div>VE: 710</div> <div>HC: 77</div> <div>PROT: 32</div> <div>GT: 29</div>
<div>22</div> <div>Crema de calabacín Lacón al horno con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan Zucchini cream Baked lacón pork with lettuce & carrot Fruit and bread</div>	<div>23</div> <div>Sopa de picadillo Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur y pan Broth with ham & egg bits Grilled tenderloin with green salad with olives Yoghurt and bread</div>	<div>24</div> <div>Arroz con salsa de tomate Jamoncitos de pollo al ajillo con ensalada Fruta y pan Rice with tomato sauce Chicken drumsticks in garlic sauce with salad Fruit and bread</div>	<div>25</div> <div>Lentejas estofadas con verduras Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Stewed lentils Scrambled eggs with ham with green salad with olives Fruit and bread</div>	<div>26</div> <div>Coditos a la napolitana Pollo asado con patatas fritas Helado y pan Napolitan style elbow macaroni Grilled chicken with french fries Ice cream and bread</div>	<div>VE: 690</div> <div>HC: 72</div> <div>PROT: 34</div> <div>GT: 32</div>
<div>29</div>	<div>30</div>	<div>31</div>		<div>SIN PESCADO</div>	<div>VE: 0</div> <div>HC: 0</div> <div>PROT: 0</div> <div>GT: 0</div>